

Mentoring – Langzeit-Coaching

Generell unterscheiden wir:

- Coaching und
- Mentoring.

Coaching ist in der Regel situationsbezogen.

Coaching ist *taktisch*.

Mentoring bezeichnet hingegen eine Begleitung über einen längeren Zeitraum und ist damit *strategischer* als das Coaching. So können im Rahmen des Mentorings über mehrere Jahre laufende Entwicklungsprogramme aufgestellt werden.

Typische Themen sind für das Mentoring sind:

- Erstellung eines Entwicklungsplans
- Reflexion und Ausbau der Persönlichkeit
- Karrierebegleitung und -förderung
- Vorbereitung auf wichtige Situationen
- Auf- und Ausbau eines Methodenkoffers
- Gemeinsame Supervision von Entscheidungen
- Diskussionen über Führungsverhalten
- Begleitung von Wandelprozessen
- Therapeutische Gespräche
- Integration weiterer Personen

Ort für das Coaching

Wir führen Coaching in Präsenz und online durch.

Coaching in Präsenz

- Inhouse: bei Ihnen vor Ort
- Potsdam: in unserem Coaching-Raum
- An einem Ort Ihrer Wahl
- Coaching-Spaziergang

Online-Coaching

- WebEx
- Zoom
- Tool Ihrer Wahl

Weitere Informationen und Anmeldeformulare

finden Sie auf unserer Internetseite, auf

- www.methoform.de/Coaching



Business Coaching

Gemeinsam
Lösungen
finden



Berufliches Coaching

Seit 1998 führen wir Coachings und Supervisionen durch. Zu unseren Klienten und Klient*innen gehören gleichermaßen Geschäftsführer*innen, Führungskräfte und Mitarbeiter*innen aus Organisationen - wie auch Privatpersonen.

Die Themenvielfalt im Coaching ist sehr umfangreich. Es geht von neuen Rollen, Verantwortungen und Aufgaben, über Herausforderungen, Konflikte und Blockaden bis zur persönlichen Entscheidungen.

Gemeinsam werden Situationen reflektiert, unter verschiedenen Perspektiven betrachtet, es werden Lösungsmöglichkeiten entwickelt und Methoden besprochen. Hand in Hand werden Lösungen erarbeitet, gemeinsam umgesetzt und nachverfolgt.

Über die Jahre haben wir einen eigenen psychologisch basierten Methodenkoffer entwickelt, der den roten Faden durch Coachingprozess spannt.

Perspektiven

Grundthemen des beruflichen Coachings sind:

- **Psychologie**
- **Führung**
- **Management**
- **Persönlichkeit**

Zu allen Themen stehen umfangreiche, einfache und standardisierte Methodenkoffer zur Verfügung. Sie sind wie „Medizin“ zu verstehen, mit der man die verschiedenen Situationen passgenau angehen kann.

Alle Grundthemen untergliedern sich in zahlreiche Unternehmen.



Umfang

Wir haben folgende Coaching-Einheiten:

- 1 Stunde
- 1 ½ Stunden
- 4 Stunden
- 8 Stunden

In der Tat empfehlen wir am ehestens halb- und ganztägiges Coaching. Die meisten unserer Kunden wählen auch diese Option.

Grund hierfür ist ein intensiveres Gespräch und Methodenverständnis, als es bei den typisch kurzen Sitzungen der Fall ist.

Häufigkeit

Manchmal reicht bereits eine Coaching-Sitzung aus. Oft ist es jedoch eher eine Reihe an 3 – 10 Sitzungen, die wöchentlich, monatlich oder quartalsweise stattfinden, abhängig von der jeweiligen Situation.